యోగానంద లహరి

శ్రీశార్వరి

యోగానంద లహరి

శ్రీ శార్వరి

ప్రచురణ

మాస్టర్ యోగాశ్రమం

YOGAANANDA LAHARI

"Sri Sarvari"

Cell : 8179321129

Editor : Dr. VAASILI VASANTA KUMAR

First Edition : August, 2013

Price : ₹ 100/-

For Business
MASTER YOGASHRAM
Plot 89, Krishna Enclave, M.D. Farm Road,
Tirumalagiri, SECUNDERABAD - 500 015.
Phone : (040) 2779 0094

Title Design by
ANUJAY VOOTLA

Production :
YOGAALAYA
Cell : 9393933946
www.yogaalaya.org www.yogaalaya.in

యోగానంద లహరి లో ...

1.	అంతర్లయ	9
2.	ఊహించని మలుపు	12
3.	జన్మాంతర సంస్కారం	14
4.	ఆత్మతో అనుబంధం	16
5.	ఆనందం అంబరమైతే ...	18
6.	వయసా! వయసా! వందనం	20
7.	అవునా ?	24
8.	దేవుడు తప్పు చేశాడు?	28
9.	దేవుడు కనిపించడం లేదు	32
10.	దేవునితో మనకేం పని?	34
11.	నాకు దేవునితో పనిలేదు !	36
12.	నాకు దేవుణ్ణి చూపించరూ ?	38
13.	తెలిసే దెలా ?	40
14.	ఓటి పడవ ప్రయాణం	44
15.	వినిపించని గుండెచప్పుడు	48
16.	ది పవర్ ఆఫ్ ప్రేయర్	50
17.	నేను యోగిని అవునా కానా	54
18.	ఓనమాలు	57
19.	ఓటమి నా మాట కాదు	61
20.	నా కోపం నా ఇష్టం	64
21.	కొంచెం ఇష్టం కొంచెం కష్టం	66
22.	ఒక్కడు	69
23.	బ్లేమ్ గేమ్	72
24.	తిక్క గురువులు	75
25.	ఏకాంత సేవ	78

26.	ఇంకెంత దూరం ?	81
27.	అయినా ...	83
28.	మహర్షి మందస్మితం	85
29.	క్రీడాభిరామం	87
30.	'యోగం' అంటే నాకు తెలియదు!	90
31.	సైన్సు - యోగా	93
32.	మాస్టర్ ఎవరు?	95
33.	లివింగ్ మాస్టర్	97
34.	ఓమ్ శాంతి	99
35.	నిజంగా నిజమా?	102
36.	గురు పౌర్ణమి	105
37.	ప్రేమించడం ఎలా?	109
38.	నిస్వన సంగీతం	112
39.	గంగ - కావేరి సంగమం	115
40.	పులిమీద స్వారి	119
41.	నాపేరు యోగానందం	121
42.	సేవ లోని చేవ	123
43.	భయానికి భయ మెక్కువ	127
44.	నాలోని 'నానీ'లు	130
45.	అదే శక్తిపాతం!	133
46.	నేను పరాధిని ...	136
47.	రైలెల్లి పోయింది !	139
48.	సోక్రటీసు సూత్రాలు	143
49.	అందమైన అబద్ధం	147
50.	ఎవరు సుఖపడ్డారు ?	151
51.	చివరి మలుపు	155

దిద్దుబాటు

పొయ్యి వెలిగించగానే వంట అయినట్లు కాదు. ఆకలి తీరదు.

ఆకలి తెలిసినవారికి వంట చేయడం కూడా తెలియాలి.

'యోగం' అనే మాట నోటికి చిక్కగానే ఎవరూ 'యోగి' అయిపోరు.

దీక్షాదక్షతలతో బహుకాలం సాధనచేస్తేనే యోగఫలం.

44 సంవత్సరాలుగా యోగ సరోవరంలో ఈదుతున్నా నాకైతే తృప్తిలేదు. ఏ ఒడ్డుకు ఎప్పుడు చేరతానో తెలియదు. చేరగలనో లేదో అనుమానం. యోగాన్ని గురించి చాలా అధ్యయనం చేశాను. నాకు అర్థమైన మట్టుకు చాలా పుస్తకాలే రాసి పెట్టాను. ఆ పుస్తకాలు వేలమందికి ప్రేరణ అయ్యాయి. కొన్నివేల మందికి యోగం పట్ల ఆకర్షణ కలిగించాయి. అంతేనా నా యోగం? ఇంకేదో చేయవలసింది మిగిలే ఉంది అనిపిస్తుంది. అది ఏమిటో తెలియదు.

యోగం ఫిలాసఫీకి ఆధారం కావచ్చు. నేను ఫిలాసఫర్‌ను కాను. మామూలు మనిషిని. ప్రపంచ పౌరుణ్ణి. నాకు ప్రపంచం అవసరం. ప్రపంచానికి నా అవసరం ఉందని నా నమ్మకం. ఆ అవసరం తీర్చడం నా డ్యూటీ.

పాత ఫ్రేములో కొత్త బొమ్మను బిగించడం కష్టం.

పాతఫ్రేము పనికిరాదు. కొత్త బొమ్మ చాలా పెద్ద సైజుది. ఎలా?

★ ★ ★

'నమస్కారమ్, మాస్టర్' అనగానే నేను యోగినైనట్లు కాదు. ఆ ఒక్క వాక్యంతో ఎవరూ జగద్గురువు అయిపోరు. ఎవరూ మాస్టరు కారు. ఇంతకాలం యోగం చేసినా, నాలో మాస్టరిజం ఎంత చేరింది. నేను మారనంత కాలం నాలో యోగస్ఫూర్తి పెరిగే అవకాశం లేదు. ఉండదు. యోగంలో నాకు నచ్చిన పదాలు రెండు Rectification, Adjustment.

Rectification అంతే దిద్దుబాటు, Adjustment అంటే సర్దుబాటు.

Please Master Rectify my System అనగానే మాస్టరు గారు అగ్గలంగా నన్ను మారుస్తారా? మార్చాలా? Please అనడంలో Request ఉన్నా మిగిలిన మాటల్లో Command ఉంది గదా.

"మీ యోగం చేస్తున్నాను కనుక నన్ను చక్కదిద్ది, ఉద్ధరించవలసిన బాధ్యత మీదేగదా మాస్టరు" అన్నట్లుంది. Rectify అనగానే నేను మారినట్లా? నాలో మార్పు వచ్చినట్లా? మాస్టరుగారు నన్ను మార్చినట్లా? రెండూ భ్రమలే?

'నన్ను రెక్టిఫై చేయండి' అని మాస్టరు గారిని అర్థించడం తప్పుకాదు. తప్పనిసరి. ఏంరెక్టిఫై చేయాలి? నా తప్పులు దిద్దమనా అర్థం? నా తప్పులు, లోపాలు ఏవో నాకు తెలుసునా? నా లోపాలు మాస్టరుగారికి తెలుస్తాయి అనుకోవడం అజ్ఞానం. 'తెలియవా?' అనడం అహంకారం.

Rectification process లో నా పాత్ర ఎంత? నేను నిద్రపోతూ ఉంటే మాస్టరు వచ్చి నన్ను చిక్కదిద్దాలా? నాకు తెలియకుండా రెక్టిఫికేషన్ జరుగుతుందా?

అసలు రెక్టిఫికేషన్ అంటే ఏమిటి? ఎందుకు? అన్నది నా ప్రశ్న. లోపం ఉంటే సరిదిద్దుకోవాలి. తప్పు జరిగితే సరిచేసుకోవాలి. అవి రెండూ దిద్దుబాటు చర్యలే. మానసిక స్థాయి వరకు మన లోపాలు మనకు తెలుస్తాయి. ఆత్మగతమైనవి మనకు తెలియకపోవచ్చు. మనసు పరిధిలోని లోపాలను సరిదిద్దుకోవడం మనవల్ల అవుతుంది. అవి Adjustments. వాటిని మాస్టరుగారిని అడగాలా! మనం ప్రయత్నం చేయం. ఎవరో మనకోసం చేసి పెట్టాలి. సోమరితనం. ప్రయత్నాలు జరపకపోతే లోపాలు చక్కబడవు. లోపాలు చక్కబడకుండా డెవలప్‌మెంట్ సాధ్యం కాదు. అందుకే యోగం చేస్తున్నా, ఎంతకాలం చేస్తున్నాగా ఎవరూ మారరు. రావలసిన మార్పులు రావు.

ఆధ్యాత్మికం అంటేనే పిచ్చివాళ్ల స్వర్గం.

★ ★ ★

ప్రతి జీవికి భగవంతుడు మూడు వరాలు అనుగ్రహించాడు.

మొదటి వరం : మనిషిగా జన్మించడం.

రెండవ వరం : ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం పొందడం.

మూడవ వరం : ఒక సద్గురువును సంపాదించడం.

మొదటిది : మనం పుట్టకముందరి వ్యవహారం కనుక దాని అనుపానులు మనకు తెలియవు. ఆ బాధ్యత మనది కాదు.

రెండవది : ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం. అంటే మనిషి తన ఆత్మ విలువను గుర్తించడం. గుర్తించినంత మాత్రాన ఆత్మజ్ఞానం కలిగినట్లు కాదు. అది ఆత్మస్పృహ మాత్రమే. ఆత్మను గురించి తెలుసుకోవాలన్న తపన, తహతహ. అది సంస్కారం మాత్రమే.

మూడవది : రెండవదానికి ఆకరం. ఆత్మస్పృహ కలిగితే తప్ప గురువు అవసరం తెలియదు. గురువు కోసం అన్వేషణ జరగదు. గురువు సహకారం లేనిది ఆత్మజ్ఞానం సంపూర్ణం కాదు.

మనిషిగా బ్రతకడానికి ఆత్మజ్ఞానం, ఆధ్యాత్మికత అవసరమా?

బ్రతకడానికి అవసరం కాకపోవచ్చు. మనిషిగా జీవించడానికి, మానవతా విలువల్ని కాపాడడానికి ఆధ్యాత్మికత అవసరం. ఆత్మజ్ఞానం చాలా అవసరం. ఆధ్యాత్మికతకు 'భక్తి' ఆలంబన అనేవారు చాలామంది ఉంటారు. అందుకే భక్తితో పరవశించేవారు యోగం దాపులకు పోరు.

దేవుని కాదనడం అజ్ఞానం కాదు. జ్ఞానానికి తొలిమెట్టు. దేవుని ఉనికిని ప్రశ్నించడంలోనే జ్ఞానం ప్రకాశిస్తుంది. అజ్ఞానంలోనే 'జ్ఞానం' అంతర్లీనంగా ఉంది. అజ్ఞానులే జ్ఞానం కోసం తపించి, తమించి, చివరకు జ్ఞానులవుతారు.

ఆధ్యాత్మికత అన్నది నేతిబీరకాయ. నేతిబీరలో నెయ్యి ఉండదు. ఆధ్యాత్మికత్వంలో ఆత్మదర్శనం కాదు. జీవితాన్ని చిలకగా 'ఆత్మ' వెన్నలా పైకి తేలాలి. ఆధ్యాత్మికత అంటే – కేవలం 'కనిపించే మనిషి' మాత్రమే కాదు. లోపలి మనిషి అది మనిషిలోని మార్మికత – మిస్టరీ. మనిషి తన ఆంతర్యాన్ని అనుభూతించడం ఆధ్యాత్మికత. అందుకు కావలసింది ఆత్మజ్ఞానం. మన జీవితాలకు ఆత్మను అనుసంధించడం – ఆత్మజ్ఞానం.

ఆత్మస్పృహతో జీవించడం ఆధ్యాత్మిక జీవితం. మనల్ని నడిపిస్తున్నది 'ఆత్మ' అనే తెలివిడి ఆత్మజ్ఞానం. యోగసాధన వల్ల ఆ స్పృహ జ్ఞానంగా మారుతుంది. ఆత్మభావనే స్ఫూర్తి. ఆ భావనే మనిషి ఆంతరాన్ని రెక్కిపై చేస్తుంది.

మనసును దాటిపోగలిగితే మనశ్శాంతి. ఆత్మకు శరణు అంటే ఆత్మశాంతి. ఆత్మపైన విశ్వాసం నెలకొనడానికి ఆధ్యాత్మజీవనం అవసరం. అది అంతర్వృత్తి. మంచిగా జీవించడమే అసలైన ఆధ్యాత్మిక ప్రతిపత్తి.

★ ★ ★

ఈ పుస్తకంలో జటిలమైన సిద్ధాంతాలు లేవు – రాద్ధాంతాలు లేవు. అర్థం కాని విషయాలు అసలు లేవు. అన్నీ మన జీవితాలకు నిలువుటద్దాలు ప్రతి రచనలో మనల్ని మనం చూసుకోవచ్చు. అవి మన ప్రతిబింబాలే. మన అంతరంగాలే. అవి నిత్యసత్యాలకు ప్రతిరూపాలు. ప్రతిబింబాలు. మానసిక విభ్రమలు అన్నీ. వాటిని అధిగమించడం మన చేతుల్లో పని, మన చేతల్లో ఉంది. యోగం చేస్తున్నామని గర్వపడడం కాదు. యోగంవల్ల మనం ఎంత మారాం? ఈ అద్దంలో చూచుకుంటే తెలుస్తుంది. మన లోపాలు తెలుస్తాయి. వాటికి 'దిద్దుబాటు' మన ప్రయత్నంలో ఉంది. మన ప్రవర్తన మారితే పరివర్తన కలుగుతుంది.

నన్ను ఉద్ధరించమని మాస్టరుగారిని అర్థించడం తప్పు కాదు. కాని నేను మారడానికి సిద్ధంగా ఉన్నానా? నా ప్రయత్నం ఎంత? మనకు తెలియకుండా మనలో లోపాలు చాలా ఉంటాయి. వాటిని మనమే Adjust (దిద్దుబాటు) చేసుకోవాలి. తర్వాత Rectification కోసం మాస్టర్ గారిని అర్థించాలి. మనల్ని తీర్చిదిద్దడం గురువుల బాధ్యత. ఇప్పుడు అలాంటి గురువులు లేరు. అందుకు అర్హులైన శిష్యులు కనిపించరు. అంతా Self study. ఎవరో వస్తారని, ఏదో చేస్తారని ఎదురుచూడడం. మన చేతులకు మట్టి అంటకూడదు. మనం కష్టపడకుండా ఫలితాలు ఇబ్బడి ముబ్బడిగా కలగాలి. అత్యాశ.

Self Rectificationకి ఈ పుస్తకం గైడ్‌లా ఉపకరిస్తుంది. లోపాలనూ చూపిస్తుంది. వాటిని దిద్దుబాటు చేసుకునే పద్ధతుల్ని చూపిస్తుంది. ప్రతి అంశాన్ని విశ్లేషించుకోవచ్చు. అవసరమైన మార్పులు చేసుకోవచ్చు మన భావోద్వేగాలకు కరకట్టలు వేసుకోగలగాలి.

అందుకు ప్రేమ, కరుణ, దయ, భక్తి, శ్రద్ధ, విశ్వాసం ఉపాధులు.
Rectification is based on Self Help.

– శార్వరి

1. అంతర్లయ

44 సంవత్సరాలుగా యోగం చేస్తున్నా ఇంకా యోగం అంటే నాకు అర్థం తెలియదనిపిస్తుంది. కారణం తెలియదు. యోగం అంటే ఆధ్యాత్మికమా? ఉత్త ఫిలాసఫీనా? ఫిలాసఫీ అంటే శుష్క వేదాంతమా! ఆత్మతత్వ వివేచనా? అదీ తెలియదు. నేను యోగినా? అవునేమో! కాకపోనూవచ్చు.

యోగం అంటే ఆధ్యాత్మిక జీవనం అనుకుంటే ...

ఆధ్యాత్మికంగా మనం ఎదుగుతున్నామా?

పాతచట్రాల్లో ఇంకా ఇంకా ఒదిగిపోతున్నామా?

'నేను' అంటే నేను మాత్రమే కాదు, 'మనం' అందరం. అందరి మానసికస్థితి ఒక్కటే. ఆత్మకు స్థితి ఉండదు కనుక అది ఆధ్యాత్మికం అనుకుందాం!

ఆధ్యాత్మికంగా మనం నిజంగా ఎదుగుతున్నామా?

అదే అర్థం కావడం లేదు.

ఆధ్యాత్మికంగా ఎదగడం ఏమిటి? ఎలా? ఎందుకు? చిన్న ప్రశ్నలు.

అసలు ఆధ్యాత్మికం ... అంటేనే పిచ్చివాళ్ల స్వర్గం.

అడగకుండానే భగవంతుడు మూడు వరాలిచ్చాడు.

మనిషిగా జన్మించడం మొదటి వరం; ఆధ్యాత్మిక జిజ్ఞాస కలగడం – రెండవ వరం, అన్వేషించి ఒక గురువును సంపాదించడం – మూడవ వరం.

మొదటి వరం – జననం ముందరి వ్యవహారం కనుక మనకు దానితో నిమిత్తం లేదు. ఆ మొదటి వరప్రసాదమే మానవజన్మ.

రెండవది : ఆధ్యాత్మిక జిజ్ఞాస : అంటే మనిషి తనలోని ఆత్మను తెలుసు కోవడం. అంటే ఏమిటి? ఎలా? అన్నది ఆత్మాన్వేషణ. ఆసక్తి, అనురక్తి, అన్వేషణ, వగైరా.

మూడవది : ఆ అన్వేషణలో ఒక గురువును ఆశ్రయించడం.

మనిషి 'మనిషి'గా బ్రతకడానికి ఆధ్యాత్మికత అవసరమా? అవసరం లేదు అనే వారి సంఖ్య పెద్దది. అవసరం అనేవారు బహుస్వల్పం. ఆధ్యాత్మికత అంటే దేవుని నీడలో, భక్తి ఆలంబనగా బ్రతకడం – అని చాలా మంది నమ్మకం.

అజ్ఞానంలో 'జ్ఞానం' అంతర్లీనంగా ఉన్నదేమో! జ్ఞానానికి బాసట అజ్ఞానమే. భగవంతుడు లేడు అన్నవాడే భగవంతుని కోసం ఆరాటపడతాడు, అన్వేషిస్తాడు. లేనివారికే ఆరాటం ఎక్కువ.

భగవంతుని వలె ఆత్మ కనిపించదు. భగవంతునికి పర్యాయపదం ఆత్మ. బ్రతకడానికి ఆధ్యాత్మికత అవసరం లేకపోవచ్చు గానీ విలువలతో జీవించడానికి ఆధ్యాత్మికత చాలా అవసరం. మనిషి 'మహాత్మ' కావడానికి ఆధ్యాత్మ పరిణతి అవసరం.

'ఆధ్యాత్మికత' అంటే 'నేను' కేవలం మనిషిని మాత్రమే కాదని గుర్తించడం, తనలోని 'ఆత్మచేతన'ను గుర్తించడం. మనిషిగా నేను శాశ్వతం కాదని, నా మనుగడ తాత్కాలికం అని గుర్తించడం. దానివల్ల ఆత్మజాగృతి కలుగుతుంది. ఆత్మజాగృతి కలిగినంత మాత్రాన అది ఆత్మజ్ఞానం కాదు. అది తెలివిడి మాత్రమే. అది ఉపజ్ఞ. ఆత్మను జాగృత పరచడం అన్నది రెండవ వరం. అదే ఆధ్యాత్మ జీవనసూత్రం.

'ఆత్మ' ఉన్నదే అనుకుందాం. ఆత్మను చైతన్యపరచడం ఎలాగా?

కనిపించని 'ఆత్మ'ను గుర్తించడం ఎలా? యోగం, ధ్యానం, తపస్సు సాధన – దాని ఉపకరణాలు. అందుకు మనస్సు భూమిక అవుతుంది. మనస్సు సహాయం తోనే మనస్సును దాటిపోవాలి. మనశ్శాంతి ప్రధానం. మానసిక సంయమనం ఉపాధి.

ఆత్మ ఎక్కడ ఉంటుందో, ఎలా ఉంటుందో ఎవరికైనా తెలుసునేమో గాని నాకైతే తెలియదు.

ఆత్మ ఒకటి ఉన్నదనే విశ్వాసం కలగడమే ఆత్మని గుర్తించడం. ఆత్మ కనిపించదు కాని, అదృశ్యంగా అన్ని పనులు చేయిస్తుంది. మనిషి మీద పెత్తనం చెలాయిస్తుంది మెత్తగా. ఆత్మపైన విశ్వాసం లేనివారికి ఆత్మదర్శనం కాదు. ఆత్మచైతన్యం అనుభవం కాదు. తనలో ఆత్మ ఉన్నదనే విశ్వాసం గలవారికి వేరే భగవంతునితో పని లేదు. తన ఆత్మే భగవంతుని పాత్ర పోషిస్తుంది.

ఆత్మపైన విశ్వాసం కలగడమే ఆధ్యాత్మికత అనుకుంటాను. ఆధ్యాత్మికత అంతా లోపలి వ్యవహారం. అంతర్లయ. వల్లమాలిన ఇష్టం ఏర్పడితే తప్ప 'ఆత్మ' కదలిక అనుభూతం కాదు. ఆధ్యాత్మికం అంటే విహార యాత్ర కాదు, ఎంజాయ్ చేసి రావడానికి.

ఆధ్యాత్మికత total commitment. అందులో ప్రవేశించడమే తప్పు, తిరిగి రావడం ఉండదు. లోపల ప్రవేశించగానే తలుపులు మూసుకుపోతాయి ఆ ప్రపంచం వేరు. అది మనిషిని పూర్తిగా మార్చి వేస్తుంది.

ఇప్పుడు చాలా మందికి యోగం అన్నా, ఆధ్యాత్మికత అన్నా ఒక సరదా. ఒక extra curricular activity అయింది. రోజూ డాన్స్ నేర్చుకోవడం, సంగీతం నేర్చుకోవడం లాగా 'యోగం' జాగింగ్ అంత సాధారణమైంది. అంత మాత్రాన అది ఆధ్యాత్మికం కాదు. ఇప్పుడు చాలామందికి ఆధ్యాత్మికత అంటే ఒక సత్సంగం, పురాణ శ్రవణం, పత్రికలో ఒక భక్తి వ్యాసం చదవడం, టి.వి.లో ఒక ప్రవచనం వినడం. అలా ఆధ్యాత్మికత పలచనై పోయింది. కాషాయ ప్రసంగాలూ, కేవల ధర్మ వాక్యాలూ ఆధ్యాత్మికతలు కావు.

పూర్వకాలంలో ఉండే గురువులు ఈ కాలంలో కనిపించరు. అసలు గురువులే అవసరం లేని కాలం ఇది. భక్తిని ఆధ్యాత్మికతగా మేకప్‌చేసి ప్రచారం చేస్తున్నారు.

మనం కొన్ని భ్రమల్లో జీవిస్తున్నాం. ఆధ్యాత్మికత అంటే ప్రపంచం నుండి పారిపోవడం అని, సుఖాలు, సంపదల్ని చీత్కరించు కోవడం అని. కానే కాదు. నైతిక విలువలు పాటిస్తూ జీవించడం ఆధ్యాత్మికత. గౌతమ బుద్ధుడు ప్రవచించిన 'పంచశీల' నిజానికి సజీవన సూత్రాలే. వాటిని అన్వయించుకుని జీవించడమే ఆధ్యాత్మికత. స్వచ్ఛంగా, స్వేచ్ఛగా, స్వతంత్రంగా జీవించడం ఆధ్యాత్మికత.

ప్రతివారు యోగం చేయాలని లేదు. ధ్యానం చేయాలని లేదు. కాని 'ఆత్మసాక్షిగా' నీతిగా, ధర్మంగా జీవించవచ్చు. అంతరాత్మసాక్షిగా జీవిస్తేచాలు – అది ఆధ్యాత్మికతే అవుతుంది. ప్రతి మనిషిలో అనేకరూపాలు, ప్రతి గొంతులో అనేక నాదాలు ఉంటాయి. ఒకే మనిషిగా జీవిస్తే చాలు.

ఆధ్యాత్మికత అంటే Art of Living. అది Creative Act. భావోద్వేగాలను అదుపు చేసుకోవడమే గొప్ప యోగం. ప్రేమ, దయ, కరుణ, భక్తి, శ్రద్ధ. విశ్వాసం, మనశ్శాంతి అన్నవి నైతిక జీవన సూత్రాలు. ఇవి ఒకరు నేర్పవలసినవి కావు. మనమే క్రమంగా ఆచరించగలవి. వాటిని ఆచరణలో పెట్టడం మన వంతు.

అవి ఆచరిస్తే ఆధ్యాత్మికంగా మనం ఎదుగుతున్నదీ, లేనిదీ తెలుస్తుంది. ఎంత ఎదిగింది మనకే తెలుస్తుంది. మనలో మంచి వేపు పరివర్తనమే ఆధ్యాత్మిక వికాసం. మన ఎదుగుదల మనకే తెలుస్తుంది.

2. ఊహించని మలుపు

అన్నీ మనం అనుకున్నట్లు జరిగితే జీవితంలో 'థ్రిల్' ఉండదు.

సుదీర్ఘ ప్రయాణంలో రైలు మారక తప్పదు.

ఆధ్యాత్మిక జీవితం అంటే బండి మెయిన్‌లైన్ పైకి రావడం.

రైలు వేగం పుంజుకుంటుంది. కొత్త అనుభవాలు, అనుభూతులు. ఇంతకాలం సాగిన జీవితం వేరు. ఇకపైన జీవితం వేరు. గతం అంతా గమ్యం లేని జీవితం. ఇప్పుడు జీవితానికి కొత్త విలువలు, కొత్త ప్రయోజనం.

గత జీవితం సుఖమా? కొత్త జీవితం సుఖమా? ఏమో!

ఇంతకాలం సమాజపు చట్రాల్లో బ్రతికాం. ఇప్పుడు స్వతంత్రం.

ఎందుకు? ఏమిటి? అని ప్రశ్నించే ధైర్యం వచ్చింది. సమాధానం దొరక్కపోయినా, ఎదురు తిరగడంలోని మజా తెలుస్తోంది. ఇంతకాలం పెద్దల అడుగుల్లో అడుగులు వేస్తూ జీవించాం. గుడికి వెళ్లమంటే వెళ్లాం. దణ్ణం పెట్టమంటే పెట్టాం. చెవిలో పూలు పెట్టుకోమంటే పెట్టుకున్నాం. ఎందుకు? అని అడిగింది లేదు. స్వంత ఆలోచనలు లేకుండా జీవించాం. తిరుపతి వెళ్లి వైకుంఠానికి టికెట్ కొన్నాం. శ్రీశైలం వెళ్లి కైలాసానికి మరొక టికెట్ రిజర్వు చేశాం. తల వెంట్రుకలు సమర్పించి, మన భక్తిని రెన్యూ చేసుకున్నాం. 'ఎందుకు?' అని ప్రశ్నించడం మహాపాపం అనుకున్నాం.

'ఎందుకు?' అన్న ప్రశ్నతోనే జిజ్ఞాస మొదలవుతుంది.

భగవంతుని అన్వేషణలో అది 'బ్రహ్మజిజ్ఞాస' అవుతుంది.

ఆత్మను అన్వేషించడం ఆత్మవిచారణ, ఆత్మజిజ్ఞాస అవుతుంది.

అదే ఆధ్యాత్మికత. ప్రశ్నించడం నేరం కాదు. అదే జిజ్ఞాస, తపన.

ఆధ్యాత్మికతకు మరొక పేరు తత్వజిజ్ఞాస. సమాజం కట్టడులతో కాక స్వతంత్రంగా జీవించడం యోగజీవితం. అంటే 'నీ కర్మకు నీవే కర్తవు, కర్మవు, విధివి.'

అదృష్టాన్ని వదలి ఆత్మసాక్షిగా, ఆత్మతో సహజీవనం చేయడం ఆధ్యాత్మికత. మనం ఎదుగుతున్నామా? చతికిల పడ్డామా? మనకే తెలుసు.

ఆత్మకు సంబంధించిన ఏ ప్రశ్నలకు సమాధానం లభించదు. సమాధానం చెప్పడానికి మనస్సు ప్రయత్నిస్తుంది. మనస్సుకు ఆత్మ అందదు. ఆత్మ స్పర్శతో అన్ని ప్రశ్నలు కరిగిపోతాయి. ఆత్మ తృప్తి మిగులుతుంది.

మనస్సు శాంతిస్తుంది. ఫలితంగా వివేకం పెరిగి పెరిగి జ్ఞాన తీరాలకు చేరుతుంది. అలా వివేకం పెరగడం, జ్ఞానరోచిస్సులు వెలార్చడం ఆధ్యాత్మికంగా పెరుగుదలకు గుర్తు. ఇతరుల సందేహాలను సైతం మనం నివృత్తి చేయగలం. ఆపైన అసలు సందేహాలు కలగవు. అదీ ఎదుగుదల!

ఎంతలో ఎంత మార్పు! గొంగళి పురుగు సీతాకోకచిలుక అయింది.

ఆపైన ప్రశ్నలన్నీ స్వగతాలు! ఒకరిని అడిగేవి కావు. ఎవరూ సమాధానం చెప్పేవి కావు. నేనెవరు? ఎందుకు జీవిస్తున్నాను? ఎక్కడి నుండి వచ్చాను? తర్వాత ఎక్కడికి పోతాను? వాటికి సమాధానాలు మనం అన్వేషించవలసిందే! మనం మారిపోతుంటాం. మన వైఖరి మారుతుంది. మన జీవనవిధానం మారుతుంది. ఎవరితో కలవాలనిపించదు. ఎవరితోనూ మాట్లాడాలనిపించదు. ఏకాంతంగా ఉండి పోవాలనిపిస్తుంది. అది మౌన తపస్సు. ఆ మౌనంతోనే ఎదుగుతాం. ఎవరో వచ్చి మనల్ని ఉద్ధరించరు. గురువులు అవసరం ఉండదు. ప్రామాణిక గ్రంథాల అవసరం అసలు కనిపించదు. ఆత్మలో జ్ఞానదీపం వెలుగుతుంది. అది స్వయం ప్రకాశం.

జీవితంలో అది గొప్ప మలుపు. సహజ పరిణామం. అప్పుడే మనలో ఒక యోగి, ఒక ఋషి రూపు దిద్దుకుంటాడు.

పరివర్తనం : పరిణామానికి మొదటి ఆలంబన ప్రవర్తన. మనం మారడానికి సిద్ధపడితే తప్ప మనలో పరివర్తన కలగదు. గతాన్ని విస్మరించి ఉద్యమించాలి. క్షమాగుణం అవసరం. ఎవరి తప్పిదాలనైనా క్షమించగలగాలి. మన తప్పుల్ని కఠినంగా శిక్షించుకుంటూనే ఇతరుల తప్పుల్ని క్షమించాలి.

గాంధీ మహాత్ముడు తన తప్పుల్ని కఠినంగా శిక్షించుకునేవాడు. ఎవరైనా తన తప్పు తను గుర్తిస్తే విముక్తి పొందవచ్చు. పశ్చాత్తాపాన్ని మించిన శిక్ష ఉండదు. 'సారీ' అంటే చాలదు. ఆ తప్పు మళ్లీ జరగకుండా జాగ్రత్తపడాలి.

ఎదుటివారి తప్పుల్ని క్షమించడం అంటే సున్నితంగా శిక్షించడమే. మందలింపు పరివర్తన కలిగిస్తుంది. బుద్ధుని బోధల ఆంతర్యం అదే. మహాత్ములైన వారు ఎవరినీ తప్పు పట్టరు. ఎవరిలోను వారికి దోషాలు కనిపించవు. దోషాలుండవని కాదు – వీరి దర్శనంతో వారి దోషాలు దగ్ధమైపోతాయి.

మన దృష్టిదోషం వల్లనే ఎదుటివారిలో దోషాలు కనిపిస్తాయి. ఆ తప్పులు మనలో నిక్షిప్తంగా ఉన్నవే అయివుంటాయి. ప్రపంచంలో తప్పుచేయని వారు ఎవరు? అవసరం కొద్దీ పాపం చేస్తూనే ఉంటారు అందరూ.

End of Preview.

Rest of the book can be read @

http://kinige.com/book/Yogaananda+Lahari

* * *